

# LES PLATEAUX REPAS



# Le plateau

## *Economique*

Le plateau économique – 17,50 € HT l'unité, pain inclus

Une entrée, un plat & sa garniture, fromage et un dessert à choisir

**Choix unique pour tous les plateaux**

### Entrée

- Salade Caesar au poulet
- Tomate mozzarella
- Œuf mimosa
- Salade grecque à la fêta
- Pâtes au pesto
- Salade de lentilles, pois chiches, maïs et graines

### Plats froids

- Poulet rôti à la moutarde, salade de pomme de terre
- Saumon rôti au sésame, julienne de légumes
- Rôti de porc, salade d'Ebly à la tomate et basilic
- Volaille tartufata en ballotine, tagliatelles de légumes
- Pavé de cabillaud sauce vierge aux pignons grillés et confit de légumes
- Rôti de bœuf sauce gribiche, pommes grenailles et haricots verts

### Plats chauds (à réchauffer)

- Daube de bœuf et ses gnocchis de pomme de terre
- Emincé de poulet, crème de champignons, pâtes fusilli
- Dos de cabillaud, sauce vierge, jardinière de légumes
- Sauté de bœuf au saté, nouilles aux légumes et soja
- Riz Thaï au poulet et basilic
- Wok de nouilles aux crevettes

### Fromage

- Brie
- Comté
- Emmental

### Dessert

- Opéra chocolat café
- Verrine de Panna Cotta à la fraise
- Tiramisu
- Mousse au chocolat
- Salade de fruits frais
- Flan coco
- Tarte aux pommes

# Le plateau

## *Gourmand*

Le plateau gourmand – 19,50 € HT l'unité, pain inclus

Une entrée, un plat & sa garniture, fromage et un dessert à choisir

**Choix unique pour tous les plateaux**

### Entrée

- Terrine de poisson
- Saumon gravlax et betteraves, taboulé de quinoa
- Millefeuille d'aubergines et chèvre frais, coulis de poivrons au paprika
- Barigoule d'artichauts

### Plats froids

- Emincé de canette teriyaki, carottes colorées marinées à l'orange
- Pavé de saumon grillé, sauce vierge, salade de linguines à l'encre de seiche
- Quasi de veau, duo de courgettes et fruits secs à la plancha
- Emincé de poulet fermier rôti, tagliatelles de légumes
- Calamar à la provençale
- Pavé de saumon grillé linguines à l'encre de seiche et beurre aillé
- Bœuf au saté et oignons, riz cantonnais
- Suprême de pintade aux herbes de Provence, légumes à la crème de champignons

### Plats chauds (à réchauffer)

### Fromage

- Brie de Meaux
- Comté
- Emmental
- Chèvre

### Dessert

- Fromage blanc, coulis fruits rouges et spéculoos
- Mousse au chocolat
- Tarte citron meringuée
- Salade de fruits
- Tarte tropézienne
- Tarte aux poires Bordaloue
- Pain-perdu à réchauffer, caramel demi-sel et sa crème épaisse

# Le plateau

## *Gastronomique*

Le plateau gastronomique – 25,50 € HT l'unité, pain inclus  
Une entrée, un plat & sa garniture, fromage et un dessert à choisir  
**Choix unique pour tous les plateaux**

### Entrée

- Thon snacké, wakamé au sésame et crème de raifort
- Cannelloni de courgette, caponata, dentelle de Serano
- Mozzarella Di Bufala et tomates anciennes façon millefeuille
- Carpaccio de St jacques, lentilles corail en quenelles
- Terrine de poisson et saumon gravlax maison, gambas

### Plats froids

- Magret de canard aux pêches rôties, carottes jaunes en dentelles
- Tataki de thon, mousseline d'avocat et wasabi, julienne de légumes croquants
- Filet de rouget, compotée de tomates
- Filet de volaille fermière, cannelloni de courgettes aux légumes confits
- Ballotine de lotte aux 4 épices, écrasé de princesse amandine et légumes snackés
- Emincé de veau aux cèpes, risotto aux fregola
- Médaillon de volaille, sauce tartufata, pilaf de boulgour et ses petits légumes
- Emincé de pluma de porc confit, palet de pomme de terre, artichaut confit
- Dos de cabillaud frotté au citron vert, patate douce en 3 façons, émulsion au curcuma

### Plats chauds (à réchauffer)

### Fromage

- Roquefort
- Tomme de Savoie
- Camembert affiné
- Petit chèvre frais mariné à l'huile d'olive
- Brie de Meaux, fourme d'ambert et braison, mesclun aux pignons de pins

### Dessert

- Dôme tout chocolat
- Macaron chocolat framboise
- Gâteau tutti frutti, crème légère

# La Lunch Box

La lunch box - 10 € HT l'unité

**Choix unique pour toute les box**

Salade de pâtes au pesto

Sandwich (baguette ou pain de mie) au choix : Poulet, Jambon ou Thon, crudités

Fruit à croquer ou salade de fruits

Bouteille d'eau